

**Районное методическое объединение в МДОУ «Ряжский детский сад №9».**

**По теме «Образовательная область физического развития, как средство достижения цели охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья».**

Цель:

Освоение и последующее применение технологий в практической деятельности педагога-воспитателя

Задачи:

Дать определение понятию «здоровье»;

Познакомить участников семинара-практикума с опытом работы по применению здоровьесберегающих технологий в ДООУ посредством развивающей среды;

Способствовать развитию педагогического мышления, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников семинара.

**План проведения программы:**

1. Вступительное слово заведующей ДООУ

2. Рубрика «Давайте познакомимся!»

3. Рубрика «Про здоровье»

Упражнение «Воздушный шар»

Практическая часть:

- сообщения старшего воспитателя ДООУ;

4. Рубрика «Детский сад»

- Показ организованной образовательной деятельности в подготовительной группе.

Воспитатель – Новикова Т.В. « Кто такие микробы?»

- показ здоровьесберегающих технологий в старшей группе. Воспитатель – Войтко Е.М.

« Цветы здоровья»

5. Рубрика «Помоги себе сам»

Добрый день, уважаемые педагоги!

Сегодняшняя наша встреча, уважаемые коллеги, пройдет в форме телевизионной передачи «Жить здорово!». Как и на любой телевизионной передаче, у нас сегодня присутствуют гости. Давайте познакомимся, я попрошу вас представится.

Представление гостей(под Трек № 1 –негромко)

И так все мы познакомились

переходим к рубрике «Про здоровье»

Музыка

Упражнение «Воздушный шар»

(о ценности здоровья для человека)

Давайте представим воздушный шар, в котором вы летит над землей.

Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. У каждого из вас есть жизненные ценности, важные для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.). напишите 9 своих ценности на листочках.

А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в списке?

Каждый зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Я буду отмечать их на доске. Если слова повторяются, ставлю плюсы. Таким образом определяем рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов. Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья и т.д.

Ведущий (старший воспитатель): Мы не ошибёмся, если скажем, что во все времена человеческой истории здоровье было главной ценностью. «Будьте здоровы!»- говорят люди друг другу. «Желаем вам самого главного – здоровья», говорят наши близкие. По большому счету здоровье было и остаётся дороже власти и богатства. Понятие «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным и наиболее ёмким следует принять определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

Видеть красивого и здорового ребёнка – желание каждого, кто находится рядом с ним, кого волнует и заботит его здоровье.

Не создав фундамента здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать в будущем. Сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача российского образования, в том числе его первой ступени – дошкольного образования.

Культура здоровья – это наука о закономерностях формирования и сохранения здоровья.

Дошкольное детство – период интенсивного роста и развития организма и повышенной его чувствительности к влияниям природной и социальной среды, в том числе, к профилактическим и оздоровительным мероприятиям, проводимым в детском саду. Эффективность этих мероприятий во многом зависит от того, насколько естественны и адекватны условия жизнедеятельности ребёнка в дошкольном образовательном учреждении.

Известно, что здоровье, более чем на половину, зависит от образа жизни, на четверть – от окружающей среды и гораздо меньше оно связано с наследственностью и состоянием здравоохранения в государстве.

Наша основная задача привить ребёнку необходимость быть здоровым – значит активным, дееспособным. Мы призваны воспитать у дошкольника уважение к собственному здоровью и желание его беречь. Важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Реализация задач, модели формирования основ культуры здоровья достигается в режимных процессах, через воспитание культурно-гигиенических навыков, а также средствами рационального питания.

Культуру здоровья дошкольника мы рассматриваем как социализацию дошкольника, подготовку его к деятельности по охране и укреплению здоровья, основанную на представлениях и опыте, которые приобретаются в педагогическом процессе в ДООУ и семейном воспитании.

Главным залогом успеха этой работы в том, чтобы сами педагоги и родители стали носителями ценностей культуры здоровья, т. к. именно взрослый человек является образцом для подражания.

Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод, что формирование культуры здоровья держится на трёх китах: педагоги, ребёнок, семья.

Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка становится культура здоровья семьи. В работе с семьей по формированию потребности в здоровом образе жизни у детей необходимо использовать формы работы с родителями, такие как информационные бюллетени, рекламные буклеты, тематические выставки, библиотека здоровья, оформить информационные уголки здоровья, проводить консультации, встречи «за круглым столом», родительские собрания с привлечением физкультурных и медицинских работников, спортивные семейные эстафеты.

Дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы

И именно в семье и в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье

"Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам" — так гласит восточная мудрость. Задача педагогов — научить детей покорять эту вершину. Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом. С сильным умом, в сильном теле можно добиться любых успехов, любых высот.

В нашем детском саду особое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, как одному из важнейших условий воспитания здоровья детей.

Для улучшения состояния здоровья и обеспечения гармоничного развития детей, в детском саду проводится полный комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, гимнастика после сна, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, ароматерапия, точечный массаж, кварцевание помещений, витаминизация блюд, прогулки, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

В каждой группе создан физкультурный уголок, в котором имеется физкультурное оборудование, изготовленное воспитателями совместно с родителями. На участке оборудована физкультурная площадка.

Каждый день ребёнка в детском саду начинается с утренней гимнастики, которая позволяет получить заряд бодрости.

В утренний отрезок времени на детей ложится наиболее сильная нагрузка, в это время проходит образовательная деятельность, которая требует от детей длительного напряжения, зрительной нагрузки. В связи с этим в учебно-воспитательный процесс мы включаем оздоровительные мероприятия: гимнастику для глаз, физкультминутки, пальчиковую гимнастику.

Подвижные игры также являются средством физического развития и занимают важное место в режиме дошкольного учреждения. Они являются неотъемлемой частью двигательного режима. Очень любят наши дети подвижные игры с элементами соревнований.

В ДООУ ведётся активная работа с семьями воспитанников: оформляются папки-передвижки, где представлены рекомендации по оздоровительным, закаливающим мероприятиям, проводятся родительские собрания, консультации, анкетирование по вопросам здорового образа жизни.

Купить здоровье нельзя, его можно только заработать собственными постоянными усилиями. Но для того, чтобы сохранить здоровье ребёнка, необходимо объединить усилия всех взрослых, окружающих его, с целью создания вокруг него атмосферы, наполненной потребностями, традициями и привычками здорового образа жизни. Знания, умения и навыки, заложенные в детском возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

Позже вы сможете ознакомиться с работой дет. сада в этом направлении.

Итак, рубрика «В детском саду» музыка

Вашему вниманию предоставляется организованная образовательная деятельность в подготовительной группе « Кто такие микробы».

Воспитатель – Новикова Т.В. высшая квалификационная категория

Уважаемые педагоги для продолжения рубрики «В детском саду» прошу Вас проследовать на второй этаж, для дальнейшего просмотра.

Представляем детей старшей группы воспитатель – Войтко Е.М. 1 квалификационная категория. Показ здоровьесберегающих технологий

### **« Цветы здоровья»**

**А сейчас коллеги проведём экскурсию по дет. саду и вернёмся в подготовитель группу.**

Итак, переходим к следующей рубрике:

Следующая рубрика «Помоги себе сам»

Профессия педагога относится к группе риска, т.к. постоянное перенапряжение приводит к нервным заболеваниям, а как известно все заболевания от нервов. Чтобы уменьшить риск заболеваний педагоги должны заботиться о своем здоровье, начиная с самого элементарного, а именно, с утренней гимнастики, прогулок на свежем воздухе, здорового сна, оптимистического взгляда на жизнь. Не все пункты этого утверждения мы, педагоги,

выполняем(делаем с детьми утреннюю гимнастику, дышим на прогулке свежим воздухом, а если есть настроение, можем и поиграть с детьми в какую-нибудь подвижную игру, здоровый сон, к сожалению нам только снится, а взгляд на жизнь порой бывает пессимистичным из-за разных проблем. Поэтому сейчас, уважаемые коллеги, я хочу поделиться с вами хорошим настроением, вселить в вас радость и положительные эмоции.

Выступление детей подготовительной группы с инсценировкой на песню «Мы к вам в гости пришли».

Ну вот, мы с вами взбодрились, жить стало веселей

Ведущая: Наша передача «Жить здорово» подошла к концу. Желаю вам хорошего настроения на весь оставшийся день. Нам с вами было хорошо, пусть и вам будет жить здорово!

Приглашаем на чаепитие.....

Используемая литература:

1. Алямовская, В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении /В.Г. Алямовская //Дошкольное образование. - 2004. - №17-24.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДООУ: Методическое пособие – М.; Сфера, 2008.
3. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка.- М.: Просвещение, Росмэн, 2006.- 144 с.
4. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. – М.: Просвещение, 2004.- 112 с.
5. Бушнева И.М. и др. Педагогические советы /авт.-сост. И.М. Бушнева [др.].-Волгоград: Учитель, 2010.-250 с.
6. Сергиенко, Т.Е. Работа с педагогами по повышению их компетентности в области здорового образа жизни дошкольников /Т.Е. Сергиенко //Методист. - 2006. - №10. - С.63-68.